

**PARÁLISIS DEL SUEÑO**

**EDWARD ESTEBAN PÉREZ ESPINOSA**

**Trabajo de grado como requisito parcial para optar al título de  
Maestro en Artes Plásticas y Visuales**

**Asesores**

**CLAUDIA ORTIZ PRIETO**

**Magister en Artes Plásticas Y Visuales**

**RICARDO PÉREZ BERNAL**

**Magister en Escrituras Creativas**

**UNIVERSIDAD DEL TOLIMA**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y ARTES**

**PROGRAMA DE ARTES PLÁSTICAS Y VISUALES**

**IBAGUÉ – TOLIMA**

**2018**



UNIVERSIDAD DEL TOLIMA  
Facultad de Ciencias Humanas y Artes  
Programa de Artes Plásticas y Visuales

ACTA DE EVALUACIÓN INDIVIDUAL  
TRABAJO DE GRADO

FECHA - 20/04/2018

NOMBRE Y APELLIDOS - Edward Esteban Pérez Espinoza

TÍTULO DEL PROYECTO - Parálisis del cuerpo

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Montaje y propuesta plástica (Apropiación del espacio y materialidad de la propuesta)

El montaje es limpio en gran medida y se ajusta al espacio, sin embargo, muestra inconsistencias técnicas al llamar instalación lo que en gran medida son esculturas que pueden tener conexiones con el espacio que intervienen. (continúa)

Claridad Conceptual (Descripción del tránsito realizado en el proyecto y comprensión del mismo)

El proyecto busca en gran medida hacer visible los lagos en los que Esteban tiene parálisis del cuerpo, se le recomienda que explore los horizontes que le ofrece a la propuesta el título de cada pieza e incluso del proyecto, muestra aciertos al incluir a otros que han

Solidez Textual (Coherencia, cohesión, organización, redacción, estructura, argumentación, etc.)

El texto, que es en gran medida anecdótico, se debe revisar formalmente para su publicación en biblioteca. Hay que tener en cuenta que se le solicitó al estudiante que aclarara su postura respecto al uso de imágenes que no son de su autoría y que finalmente demuestra

Sustentación (Solidez y claridad en la postura del estudiante)

Esteban en su sustentación puede hacer referencia a su experiencia y de ello pierde todo pero, se le recomienda que se pregunte si es realmente consciente de los alcances de su trabajo al involucrar al espectador al no solo comunicarlo sino "preguntar" y así generar compromiso

EVALUACIÓN

3.0

Aprobado ☒

Reprobado ☐

Recomendación: Sobresaliente ☐

Meritorio ☐

Laureado ☐

JURADO

Firma - Fabián Caro

Nombre y Apellidos - Fabián Eugenio Caro Borroquin

Continuación Montaje y propuesta plástica: El uso de la pintura con los dedos, sin meditaciones por pinceladas, como estamos acostumbrados, es coherente con la propuesta y abre un campo para la experiencia tanto del artista como del espectador, sin embargo como recomendación, debería de omitir la información "maquillaje artístico" teniendo en cuenta que se trata simplemente de pintura y que la Semántica de las imágenes de Esteban no depende de una materia usada para otros campos que no tienen que ver con la obra.

Continuación Claridad conceptual:

Entiendo parálisis del sueño, lo que claramente abre el proyecto al otro. El concepto de "ilustración" puede bien aparecer en este proyecto por cuanto los títulos de las piezas los describen.

Continuación Solidez Textual:

Que el programa en sus contenidos y funciones no parece haber preparado al estudiante suficientemente para asumir responsabilidades respecto al uso de material que puede tener derechos de autor. El texto logra involucrar al lector en la descripción de las experiencias propias y de otros.

Continuación Gustentación:

Le ordeno personal al hacer que el espectador dude sobre lo que muestra la imagen. Si bien Esteban luce confundido muchas veces cuando se contextualiza su trabajo en el campo del arte contemporáneo, parece estar seguro de lo que quiere lo cual es bueno en gran medida.



UNIVERSIDAD DEL TOLIMA  
Facultad de Ciencias Humanas y Artes  
Programa de Artes Plásticas y Visuales

ACTA DE EVALUACIÓN INDIVIDUAL  
TRABAJO DE GRADO

FECHA Abril 13 de 2018

NOMBRE Y APELLIDOS Esteban Perez Espinosa

TÍTULO DEL PROYECTO Parálisis del Sueño

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Montaje y propuesta plástica (Apropiación del espacio y materialidad de la propuesta)

El conjunto de piezas se ve bien en el espacio. Hay un manejo técnico adecuado, un proceso curatorial escaso que se manifiesta en la inclusión de una pieza, producto de una apropiación, en la que no aclara la fuente ni da referencia alguna del autor (Mirada cultural de la Parálisis / Mecayó la brujá)

Claridad Conceptual (Descripción del tránsito realizado en el proyecto y comprensión del mismo)

El texto está bien orientado. Incluye un trabajo etnográfico muy interesante, y una documentación que a mi juicio potencializa la investigación. Sin embargo falta esa presencia del texto en el montaje.

Solidez Textual (Coherencia, cohesión, organización, redacción, estructura argumentativa, etc.)

Considero que el texto es coherente, tiene una estructura adecuada. A veces subjetivo en exceso y tal vez con algunos fallos de redacción. Desde el texto la obra proyecta mucho potencial. La denominación de las obras y el título de la exposición es muy genérico, carente de metáforas, más apropiado para un estudio médico.

Sustentación (Solidez y claridad en la postura del estudiante)

Hay una sensación contradictoria en este aspecto. Si creo que hay claridad en la investigación, sin embargo una decisión ingenua sobre la inclusión de la pieza mencionada.

EVALUACIÓN

30

JURADO

Aprobado

Recomendación

Firma

Nombre y Apellido

Reprobado

Sobresaliente

Mentor

Laureado

MARIO AMOROS GONZALEZ R.

## **AGRADECIMIENTOS**

Principalmente a mi familia por estar siempre presentes en cada proceso elaborado, por ese apoyo incondicional y por ser mis principales espectadores y críticos. A mis tutores Claudia Ortiz y Ricardo Pérez por hacer de su enseñanza un avance positivo en este trabajo de creación, también a los profesores que llegaron a hacer de este proyecto un progreso arduo en alguna etapa de mi proceso, principalmente al maestro Carlos García por hacer de su práctica una habilidad en mi elaboración del texto. Organización, orden y concordancia. A mis maestros Julio Cesar Cuitiva por creer en mi praxis y en mi modo de crear una pintura y hacer de esa pintura algo poético. Al maestro Manuel León Cuartas. Por hacerme ver el lienzo de otra manera, que no todo puede ser perfecto, que cada mancha y cada pincelada es un gesto. Algo que se cuenta, algo tan nuestro como la intención de tener pensada una imagen. Para finalizar un reconocimiento a mis compañeros de la academia de Artes Plásticas. Por ser constantes en cada ejercicio elaborado en alguna materia cursada. También por recibir un consejo de mí parte en algún momento. Por toda la sencillez que me llegaron a emitir, y aun así los consejos que me llegaron a dar. Por todos los compañeros que me enseñaron a ser mejor persona.

**¡GRACIAS!**

## CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>11</b>
<b>1. MI EXPERIENCIA Y OTRAS EXPERIENCIAS.....</b>	<b>13</b>
1.1 ESA SILUETA, ESE TEMOR.....	14
1.2 GRITOS SIN ECO.....	16
1.3 MI REFLEJO, ESE YO.....	18
1.4 PARALISIS ANESTESIADA.....	19
1.5 INSECTOS CORREDORES.....	21
1.6 PESO SOBRE EL CUERPO.....	22
1.7 DOS SOMBRAS, UN PANICO .....	24
<b>2. HIPÓTESIS PROPUESTA POR LA CIENCIA MÉDICA.....</b>	<b>25</b>
<b>3. REFERENTES PLASTICOS Y TEORICOS.....</b>	<b>31</b>
3.1 NICOLAS BRUNO.....	31
3.2 THE NAIGHTMARE.....	37
3.3 ROGER BALLEEN .....	39
3.3.1 The Theatre of Apparitions.....	39
<b>4. MI OBRA, MI CREACION.....</b>	<b>41</b>
4.1 TALLER CON DON UMBERTO.....	47
4.2 EXPERIMENTACIÓN ARMERO GUAYABAL.....	53
4.3 PINTURA, PERFORMANCE, INSTALACIÓN Y ACCIÓN.....	54
<b>5. CONCLUSIONES.....</b>	<b>56</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>57</b>

REFERENCIAS.....	62
------------------	----

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Serie Parálisis del sueño a), b), c), d), e), f) g).....	<b>13</b>
<b>Figura 2.</b> Imagen de la Parálisis del Sueño hipótesis por la ciencia médica a).....	<b>24</b>
<b>Figura 3.</b> Imagen de la Parálisis del Sueño por la cultura popular a).....	<b>26</b>
<b>Figura 4.</b> <i>The Nigthmare</i> (la pesadilla) - Heinrich Füssli a).....	<b>28</b>
<b>Figura 5.</b> Imágenes del chat con Nicolas Bruno a), b), c).....	<b>30</b>
<b>Figura 6.</b> Referencia fotográfica: Nicolas Bruno a), b), c).....	<b>33</b>
<b>Figura 7.</b> Referencia cinematográfica a), b), c).....	<b>35</b>
<b>Figura 8.</b> Imágenes referencia a), b), c).....	<b>38</b>
<b>Figura 9.</b> Bocetos Parálisis del Sueño, experiencias a) b).....	<b>40</b>
<b>Figura 10.</b> Procesos Instalativos “Sueños Paralizados” a) b) c).....	<b>40</b>
<b>Figura 11.</b> Instalaciones verbo “soñar”: Espacialidad, dibujo e intervención, a) b) c).....	<b>42</b>
<b>Figura 12.</b> Grabado punta seca y Agua fuerte, a) b).....	<b>44</b>
<b>Figura 13.</b> Metal huecograbado en lámina de zinc / Umberto Giangrandhi a).....	<b>45</b>
<b>Figura 14.</b> Procesos escultóricos a lo largo de mi carrera / U. Tolima a), b), c), d), e)...	<b>46</b>
<b>Figura 15.</b> Bidimensional & tridimensional a) b).....	<b>48</b>
<b>Figura 16.</b> Experimentación Plástica y Digital / 2016 A. a), b).....	<b>49</b>
<b>Figura 17.</b> Acción Armero Guayabal / Dinámica de la Plástica. a), b).....	<b>50</b>
<b>Figura 18.</b> Bocetos: Espacio Pintura e Instalación. a), b).....	<b>53</b>



## RESUMEN

Este trabajo de creación parte desde mi experiencia personal a partir de un trastorno que padezco llamado Parálisis del Sueño. Trastorno que me empezó a afectar hace 6 años, imponiéndose bruscamente en mi existir ya que empezaba a experimentar situaciones desconocidas y ajenas a mi cotidianidad - miedos, desesperaciones y ansiedades llevaron a la exploración y a la búsqueda por una respuesta a través de las Artes Plásticas.

**Palabras claves:** parálisis, miedo, sueño, movimiento, despertar, siluetas, dormir

## **ABSTRACT**

This creative work starts from my personal experience from a disorder that I suffer called sleep paralysis, a disorder that began to affect me 6 years ago, suddenly prevailing in my existence as I began to experience situations unknown and alien to my everyday life - fears, despairs and anxieties led to exploration and the search for an answer through the plastic Arts.

**Keywords:** paralysis, fear, sleep, movement, wake up, silhouettes, sleep

## INTRODUCCIÓN

La *Parálisis del Sueño* se debe a una desconexión inoportuna entre el cerebro y el cuerpo (Dormir, s.f). Desperté en el sueño teniendo pleno conocimiento de que estaba activo justo en el lugar donde me había acostado, sólo que en dicho trance de lucidez perdí movilidad en el cuerpo y sufrí pérdida de la voz. Esta situación estaba acompañada de una serie de sonidos e imágenes que el mismo trastorno me generaba (siluetas, sombras, sensación de estar siendo observado, impresiones de peso sobre el cuerpo, falta de fuerzas, sensación de flotamiento etc....) Estas sensaciones han sido objeto de una memorización y una recaptura visual a través de la imagen del presente proyecto. Cabe resaltar que estos fenómenos de la parálisis y alucinaciones del sueño se han mantenido como circunstancias desconocidas para la comunidad en general, aunque en el fondo todas estas experiencias se han narrado e interpretado en las historias de nuestras culturas, a través de mitos y leyendas que sustentan nuestro pensamiento sobre fenómenos sobrenaturales.

El trabajo aquí presentado se ha nutrido de mi experiencia y de la escucha de los otros que han padecido esta situación y tiene por expresión la creación plástica, para construir una “imagen” que dé cuenta de esta circunstancia. Es importante pensar e indagar el momento en el que se crea y se recaptura la parálisis, ya que queda en la memoria ese instante de ensoñación y al despertar devienen reflexiones que llevan a instantes de creación. De ahí parte este trabajo: una serie de bocetos, pinturas, escrituras, experiencias audiovisuales y plásticas con las que presento esta vivencia.

La trascendencia de esta experiencia reside en la orientación de la propuesta artística hacia los que padecen el trastorno, la identidad a partir de la obra plástica, el encuentro previo con el que no la ha padecido de igual manera; la comprensión de eso otro, esa otra realidad que está, pero que para algunos no ha estado, no se ha experimentado. Intentar definirlo para ese otro y recapturar la sensibilidad del que sí lo ha hecho, es el interés de este trabajo por medio de las representaciones que pueda generar la obra

pictórica a través de imágenes que narren (hagan visible, hagan perceptible, posibiliten) y sensibilicen a ese otro que acude a la presencia visual, a la exploración del trastorno. El presente trabajo estará estructurado de la siguiente manera:

- I. MI EXPERIENCIA Y OTRAS EXPERIENCIAS: Hablaré de mis vivencias con este trastorno por medio de relatos que cuentan lo que me ha ocurrido y lo que han vivido otras personas que padecen el mismo trastorno.
- II. LA MIRADA MÉDICA Y CULTURAL: Haré un panorama cultural de cómo se ha visto la parálisis del sueño desde una mirada médica, en contraste con los mitos y leyendas propias de la tradición oral.
- III. REFERENTES PLASTICOS Y TEORICOS
- IV. MI OBRA, MI CREACION: Interpretación de mi propuesta plástica

## 1. MI EXPERIENCIA Y OTRAS EXPERIENCIAS

Sentir que la vigilia es ese sueño  
Que sueña no soñar y que la muerte  
Que teme nuestra carne es esa muerte  
De cada noche que llamamos sueño.

**Jorge Luis Borges**

Es común encontrarnos con relatos de familiares o personas cercanas que sufren afectaciones de su conciencia en estados de vigilia o ensoñación. El imaginario lleva a las personas a dar credibilidad a fenómenos de apariciones, espantajos, entes y toda una gama de seres supraterranos que habitan no solo en el folclor sino a los cuales se les da lugar para validar viejas anécdotas espirituales. Con frecuencia aparecen relatos orales en los que en horas de sueño se experimentan circunstancias extrañas que generan temor y a las que generalmente se asocia con entidades malignas, posesiones y premoniciones de fatalidad.

Mi proyecto surge a partir de un trastorno que padezco hace alrededor de 5 años, imponiéndose en mi cotidianidad y en mi diario vivir; hábito que ha sido de una u otra manera de gran impacto. La experiencia de la parálisis del sueño, es generada entre la transición del sueño y la vigilia, ligada directamente al tema neurológico y de funcionamiento del sistema nervioso. Este desorden es considerado como una parasomnia, que consiste en episodios breves o parciales de despertar, dentro de los cuales se asume un episodio como “real” y se da credibilidad a la circunstancia experimentada que no termina siendo real porque seguimos sumergidos en el sueño, percibiendo lo que dicho trastorno crea. Cabe resaltar que nuestro cerebro está cargado de información y esto hace que involuntariamente se generen todas estas series de representaciones y esto da lugar a que la parálisis del sueño genere una espacialidad de otros lugares. Por otro lado, me interesa indagar sobre todo el proceso que involucra este trastorno para entablar un diálogo entre la experiencia como individuo y la creación visual

y plástica. A partir de la pintura recapturo la manera en cómo se experimenta este momento y transmitirlo a la materia sensible a través del color monocromático, la imagen en movimiento, la imagen bidimensional, la situación, el tiempo y la cotidianidad.

Mi objetivo es materializar la experiencia traumática por medio de la creación plástica, ya que esto me permite que la experiencia paranormal no sea solo un mal recuerdo, sino que, al ser experimentada plásticamente, vuelva el recuerdo de la situación y sea posible evocar en cada ocasión nuevos elementos de esta condición mental. De esa misma manera utilizo la mano e índice como pincel, el contacto previo con la materia, la impronta que se deja en cada trazo, la presencia y compromiso del cuerpo, lo que está eternizado en el momento, ese contraste de colores y la generación de una condición de especialidad en el lugar de quien observa para llevarlo a ese instante dramático que se experimenta.

### 1.1 “ESA SILUETA, ESE TEMOR”

Todo era opacidad y el sentido de la vista se me nubló completamente pasados unos minutos. Desde ahí desperté sumergido en la parálisis. Una silueta de mujer apareció de repente en ese instante me llene de miedo porque esta silueta no era agradable, sino que intentaba clausurar mi razón con un sonido agudo que redujo mis extremidades a la inmovilidad. Todo acompañado de un rayo de luz obstinado en darme justo en el rostro, mi único objetivo era despertarme; volver a mi realidad, volver a estirar mis brazos, piernas y músculos. Contar ese instante a través de este escrito. Ya que esta ha sido una de las parálisis más fuertes, vivir esa sensación de nunca volver a despertar.

“Contar a través de la imagen y de la pintura. El momento, la situación, el instante, eso vivido, esa existencia”.

¿Acaso podría, una vez dueño del movimiento, seguro de habitar el cuerpo y con total dominio de las extremidades, retratar ese instante de tormento, está enferma agonía? No lo sé, pero una imagen panorámica del cuarto desde la cama quiso salir de mi mente



enseguida hacia el papel; dibujé el boceto y en él solo hubo lugar especial para la poderosa luz que se colaba hacia el cuarto por la puerta, una luz que contenía la silueta del miedo hecho mujer. Todo un instante deslucido, sin colores, pero diluido en una escala descendente de grises en relación directa con mi propio hundimiento mental. Esa la imagen; mortecina luz se adueña lentamente del cuarto y me reduce hacia aun rincón oscuro desde el cual lleno de temor, observo.

En ese mismo momento tuve lugar al relato visual por medio del pigmento, de esa escala decadente de grises que venía acompañada de un temor insoportable y que dio paso a convertirlo en una escena figurativa en la que cuento esto vivido, esta angustia en la que a la hora de ir a dormir no sé si va a atrapar mi ser, mi cuerpo y mi mente.

**Figura 1a.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

a)



Fuente: El autor

## 1.2 “GRITOS SIN ECO”

Samuel Osorio es un maestro de ciencias sociales de la ciudad de Bogotá, compañero mío, lo conocí vía internet a través de un video juego. Samuel se llegó a dar cuenta por mi red social “Facebook”, que estaba investigando sobre la parálisis del sueño y que estaba llevando dicho trastorno a la pintura. Samuel se interesa por que lleve su parálisis a un relato figurativo que de vista a su padecimiento, a continuación me relata su experiencia percibida:

“Normalmente tardo demasiado en dormir, mis hábitos de sueño son lo que no debe hacerse, usar el computador hasta media noche, luego usar el celular a oscuras en mi cama, lo que no recomiendan muchos psicólogos y especialistas del cerebro, pero bueno, el centro del relato no es la rutina de sueño, es lo que pasa cuando creo estoy durmiendo.

Hace poco cambié de casa, luego de 9 años de vivir en un mismo lugar, estos episodios los había vivido antes, pero no esperaba experimentarlo en esta nueva casa, en la última ocasión, anoche para ser exacto, lograba ver el orden de mi habitación tal cual, al menos en la última posición antes de conciliar el sueño, de repente me desperté y veía que por el borde de debajo de la puerta se filtraba algo de luz, quizá eso fue la señal para que mi cerebro interpretara que estaba despierto, pero no podía estarlo, mi mente estaba consciente, pero mi cuerpo aparentemente descansaba.

¡Intenté moverme, ninguna extremidad respondía, sin embargo, sentía el parpadeo, sentía que estaba en la habitación de la nueva casa, como suele ocurrirme, entré en pánico, comencé a gritar, mamá! brother! ¡Ayúdenme agg! Es lo que recuerdo haber gritado, si en verdad mi voz la logran escuchar, estarían en pocos segundos; pero el grito se ahogó en la profundidad de mis pensamientos.

Intenté golpearme la cabeza con mis puños cerrados, quizá eso fue una idea loca para despertarme, pero de nuevo los brazos no me respondían, querían golpearme tan duro para despertar, para dejar de soñar despierto, era prisionero de mi propio cerebro y no podía escapar.

El peso de las cobijas (tan necesarias aquí en Bogotá) se hizo más insoportable, ¿cómo puedo sentir esa presión que casi me asfixia en este momento? Acaso... ¿cuándo en verdad duermo, mi cuerpo soporta esa sensación de las cobijas sin arriesgar mi respiración?

Como lo mencioné, me ha ocurrido varias veces, al menos unas 5 en toda mi vida, muchas personas dicen que uno quedó “privado” o que “lo amarró o abrazó una bruja” o cosas así; sin embargo, mi naturaleza escéptica no se quedó conforme con explicaciones basadas en supersticiones, consulté en internet y el término es “parálisis del sueño” por fin encontré una explicación racional a lo que sufría en algunas noches de descanso.

La última parálisis fue anoche, no recuerdo si en la desesperación de mi quietud logré procesarlo de forma racional, no recuerdo si desperté asustado o si seguí durmiendo, igual dormir es algo que mi cuerpo y mente necesitan, pero no necesariamente es lo que quiero.

¿No querer dormir? ¿Huir del sueño? El temor a la “parálisis” está latente, pero también temo de mí mismo, temo lo que habita en mi mente: los deseos, las frustraciones, las personas que han fallecido de mi familia, los amores frustrados, aparecen en esos sueños profundos; en ese sentido, el descanso del buen dormir se convierte en una amenaza para mi tranquilidad, porque huyo de mi inconsciente, también huyo de la insoportable quietud y rigidez de un cuerpo inactivo pero con una mente aún lúcida y consciente.

En síntesis, dormir como necesidad básica, para mi existe y la requiero, pero mi mente, mis pensamientos, son un león dormido que ocasionalmente despierta para hacerme daño; también, esas parálisis se vuelven en la sensación más cercana de la muerte que tanto temo y que inevitablemente enfrentaré”. (S. Osorio, comunicación por chat, 26 de octubre de 2016).

**Figura 1b.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

b)



Fuente: Osorio (2016)

### 1.3 “MI REFLEJO, SUEÑO Y VIGILIA”

Recuerdo tanto esa primera situación en la que me sucedió la parálisis de sueño, justo tomaba la siesta en la habitación de mi madre a eso de las 3.30 de la tarde, en su momento no sabía qué era lo que me estaba pasando, tenía dicha sensación de no poder hablar ni moverme. En ese entonces vivíamos en el barrio nuevo amanecer, barrio que queda pegado a dos montañas inmensas, lo asocie directamente con que tenía una bruja o una entidad extraña posada sobre mi cuerpo, grite mil veces ¡¡MADRE!! Pero era

imposible, ya estaba sumergido en mi trastorno, el trastorno del temor, del miedo, de las imágenes, siluetas fantasmagóricas, sonido aturdidor, esa escenografía de luz y oscuridad. Debo decir que fue agobiante observarme en el reflejo del espejo y verme acostado profundo en el sueño, capaz de haber sido otro yo, sacando todas las fuerzas y así haber podido desprenderme del pánico que me invadía en el momento, percibir y observar que estaba dormido; el único objetivo era despertar y que esta situación angustiosa se esfumara al abrir mis ojos y volviese a mi realidad.

**Figura 1c.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

c)



Fuente: El autor

#### 1.4 “PARÁLISIS ANESTESIADA”

En esta parálisis fui transportado a una sala quirúrgica, en el momento me ponen anestesia, veo al enfermero parado frente a mí y sin escrúpulo alguno me pone la mascarilla, en ese instante no podía moverme, llamaba a mis familiares, pero era perdido hacerlo. Fue extraño porque fue un adormecimiento insólito, ya que el enfermero lo hizo con mi persona estando de pie; entonces sentí el desplome de mi cuerpo y ese pánico

de no poderme despertar de la anestesia, siendo consciente de que estaba ahí todavía. Escuchando las voces de las enfermeras y enfermero que me paralizó con la anestesia. Con respecto a esa experiencia debo relatar que estaba a un mes de ser intervenido a una cirugía de ginecomastia en el pectoral izquierdo. Como ya lo he planteado anteriormente, el cerebro está cargado de información, de memoria, de instantes y de cosas por hacer y esto dio para vivir esa experiencia antes de ser experimentada. Quise hacer registro audiovisual a la hora en que me iban a operar, pero fue imposible, necesitaba permisos de los superiores con anterioridad para que la cámara pudiera entrar al quirófano.

**Figura 1d.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

d)



Fuente: El autor



## 1.5 INSECTOS CORREDORES

Tan insoportables son las experiencias en las cuales queremos hacer algo y nos es imposible hacerlo, como el querer correr de un espacio en el cual tenemos cierto miedo o incomodidad. Así fue esta experiencia; inmóvil, sin fuerza alguna y sin una voz determinante que pudiera pedir auxilio. Tal vez no son las 7 cucarachas ilustradas en la obra. Tal vez unas cien corredoras que querían atrapar mi ser y afectarme más allá de lo psicológico. Aun así escuchando ese sonido agudo y observando la luz poderosa que se colaba por la puerta principal de otra de mis habitaciones en la que llegue a habitar. Como personas que sentimos, en nuestros días, siempre tenemos fobia a algún animal o a algún espacio determinado, en mi caso las cucarachas no son de mi agrado y esto dio para que esta parálisis se hiciera de esta manera, el recuerdo de eso claustrofóbico que puso mi ser en desespero y en un fastidio intenso. En su momento tuve que relajar mis extremidades y en 1 segundo haber tenido las fuerzas para pararme y prender la luz que estaba a casi 2 metros de mi cama.

**Figura 1e.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

e)



Fuente: El autor

## 1.6 PESO SOBRE EL CUERPO

Cuando era niño, mi abuela Eva nos llegó a narrar en una de las veces en que íbamos a visitarla al barrio la gaviota, la historia de que una bruja la estaba molestando todas las noches, llegando a la madrugada al caer con todas las fuerzas al techo de zinc que en ese entonces tenía su “rancho” ella le dice a los hogares donde ha vivido. Cuando empecé a estudiar sobre la parálisis del sueño, me di cuenta que nuestros abuelos y amigos residentes de veredas y pueblos están con una mirada ligada directamente con los mitos y leyendas de su tradición. Que es el viruñas que visita a los que se portan mal, a los ebrios, a los mentirosos y a los infieles. A partir de estas narraciones y experiencias realizo una reinterpretación de la imagen de un “Súcubos” que se posa sobre el pecho de un cuerpo, visualizando como se ve y se siente este trastorno en personas que han sufrido esta parálisis, siendo esta imagen una referencia general de como se percibe la Parálisis del Sueño en el contexto social.

**Figura 1f.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

f)



Fuente: Ejercicio técnico autor <https://rolloid.net/paralisis-del-sueno-terrible-trastorno-que-hace-realidad-tus-peores-pesadillas-2/>

Durante el desarrollo de mi trabajo de creación en la parálisis del sueño me encuentro con una imagen vía internet la cual me generó una sensación de identificación ya que empezaba a encontrar similitudes con experiencias vividas y a su vez hábitos experimentados en personas que por primera vez lo han percibido. Decido hacer una apropiación de la imagen partiendo de la creación plástica en escala de grises con las cuales realizo mis pinturas, (maquillaje artístico) dado que esto me posibilitaba comunicarle al espectador cómo mi técnica dimensionaba y reinterpretaba una imagen ya establecida dando un acercamiento a como el trastorno se observa desde una mirada cotidiana.

**Figura 1g.** Serie Parálisis del Sueño. a), b), c), d), e), f) g).

g)



Fuente: Página web autor desconocido <https://rolloid.net/paralisis-del-sueno-terrible-trastorno-que-hace-realidad-tus-peores-pesadillas-2/>

## 1.7 DOS SOMBRAS, UN PÁNICO

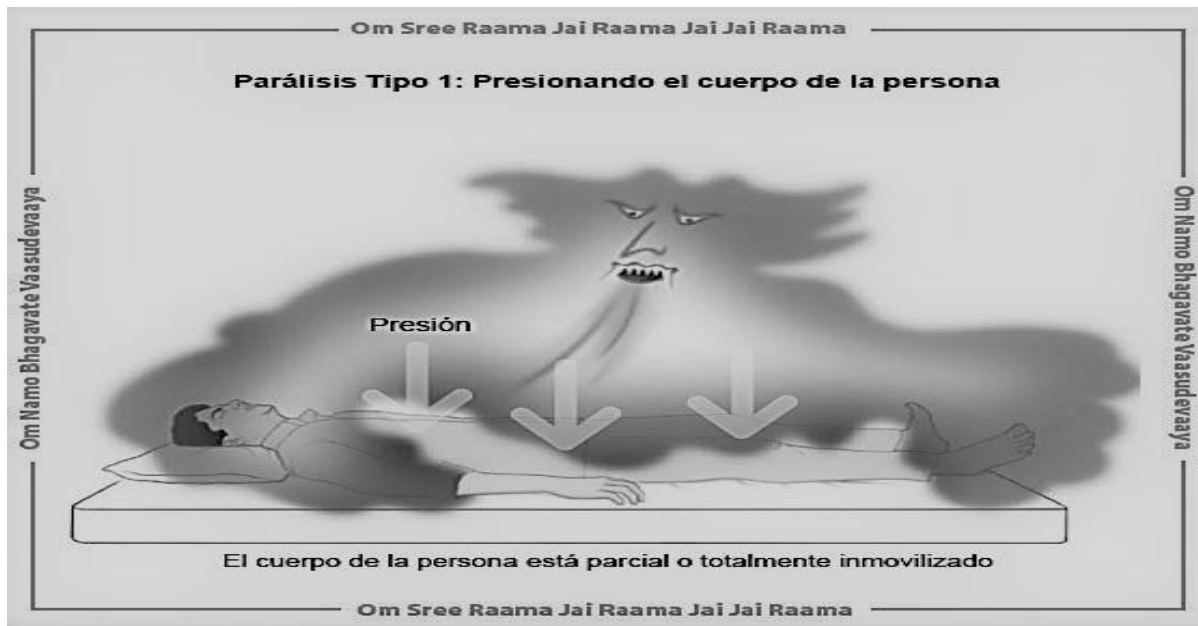
Soy lucia, ama de casa y estilista, también tuve parálisis del sueño, mi experiencia se hizo ver de manera un poco terrorífica ya que cuando me desperté estaba justo en mi habitación y en cada esquina de mi alcoba habían dos sombras inmensas impidiendo que realizara movimiento alguno, en el momento quería llamar a mi hija Sandra, a mi hijo Santiago o a Esteban pero me era imposible, por más que gritara no me salía la voz, una voz vacía sin ningún sonido que produjera con mi boca, que situación más angustiosa y horrible, no me quedó más remedio que haberle pedido a Dios que me ayudara, que me quitara toda energía negativa por la cual estaba pasando, cerré los ojos y de repente desperté bañada en sudor. Directamente bajé al primer piso, donde estaba esteban en el computador y le comenté lo que me había pasado, él ya me había dicho que le pasaba constantemente esos momentos. Me dijo, -tranquila mamá eso no es más que la parálisis del sueño, tómese un vaso de agua, respire profundo y duerma de lado-. Me dijo que ha de ser por tanto estrés y preocupaciones por las cuales estábamos pasando, como en cualquier grupo familiar que tienen problemas. Me sentí tranquila al escucharlo y fui de momento a descansar como me lo había dicho, de lado y tratando impedir pensamientos negativos. (L. Espinosa, comunicación personal, 15 de agosto de 2016).

## **2. HIPÓTESIS PROPUESTA POR LA CIENCIA MÉDICA**

Las investigaciones realizadas por J. Allan Cheyne (Cheyne, 2001) indican que sucede generalmente cuando se entra en un estado de sueño o se sale de él. Algunas de las observaciones clave que Cheyne y algunos otros investigadores han compartido sobre la parálisis del sueño, (Spiritual research foundation, s.f). Son las siguientes:

1. Ocurre con frecuencia entre el 3-6% de la población mundial.
2. Un 30% de los adultos jóvenes experimenta parálisis del sueño al menos una vez en la vida.
3. Puede durar desde unos pocos minutos a unas pocas horas cada vez.
4. Dichas personas también experimentan, sienten o ven una presencia a su alrededor durante su estado de parálisis. El miedo se apodera de ellas y algunas han dicho que una “fuerza demoníaca” iba por su alma para poseerla o estaba tratando de aplastarlas o asfixiarlas.
5. A veces se ha percibido un olor fétido durante el ataque de parálisis.
6. Es más probable que ocurra cuando se duerme sobre la espalda (posición supina).
7. Las personas que lo sufren se sienten avergonzadas por lo sucedido, pensando que algo debe ir mal en su mente.

**Figura 2.** Imagen de la Parálisis del Sueño hipótesis por la ciencia médica.



Fuente: <https://www.spiritualresearchfoundation.org/es/problemas-espirituales/trastornos-del-sueno/paralisis-del-sueno/>

La investigación sobre la parálisis del sueño es continua, pero hasta ahora las ciencias modernas no tienen una comprensión clara y concluyente del fenómeno. Sin embargo, las diversas hipótesis que se han propuesto como una posible explicación de los diferentes síntomas son:

- Quienes sufren un estrés grave están reviviendo horrores pasados a través de la parálisis del sueño.
- Son alucinaciones similares a soñar
- Se deben a la activación de la parte del cerebro que observa el entorno en busca de amenazas e inicia las respuestas a los peligros que se perciben. Una activación de esta parte del cerebro en ausencia de cualquier amenaza real durante la fase MOR (Movimientos oculares rápidos; en inglés REM, de Rapid Eye Movements) del sueño suscita la sensación de una presencia intimidante en el entorno



inmediato. (La fase de sueño MOR es la parte asociada con los sueños cuando se ve que los globos oculares se mueven rápidamente.)

- Se deben a la interrupción temporal de la barrera entre el sueño y el estado de vigilia, de modo que algunos fenómenos del sueño, de los cuales la parálisis es uno, irrumpen en el estado de vigilia.

La ciencia, a pesar de que ha hecho avances importantes en materia de neurología, no ha podido esclarecer el funcionamiento de estos comportamientos mentales, ni definir si se deban exclusivamente a formas de percepción que nuestro estado inconsciente experimenta. Tampoco ha podido desestimar la posible influencia que los agentes externos a lo carnal, es decir, entidades espirituales, puedan tener sobre lo que soñamos. Aún tienen vigencia las ideas de que las pesadillas son producto de nuestra carga moral y por tanto, devienen porque el sujeto que las experimenta posee tormento mental debido a la carga de sus actos, generalmente negativos. En pocas palabras desde nuestra cultura popular se explica este trastorno (Semana, s.f). como originado por entes paranormales:

Se dice que es una bruja que aparece a veces en forma de ave nocturna que da aletazos en los techos de las casas y da estruendosas carcajadas. Los campesinos les tienen pánico cuando escuchan las carcajadas estridentes y el ruido espantoso cuando se escurren en los pajonales, en los trigales o en los cafetales. A su vez temen por que dicha bruja se les pose exponiendo todo su peso, las brujas hacen ruidos como si estuvieran desentejando el techo; se transforman en gallinas, gallinazos, cerdos, culebras, burras, mariposas y otros animales.

Por otro lado, está el muerto que se posa sobre nuestro cuerpo y que su objetivo es ahogarnos y hacernos quedar inconscientes, tenemos la perspectiva cultural de nuestros pueblos, historias contadas por nuestros abuelos y bisabuelos o amigos en común que relatan estos episodios como escenas de mitos y leyendas que sustentan la perspectiva.

Del mismo modo hago un panorama de como se le dice a la parálisis del sueño en algunas partes del mundo (Al minuto mx, s.f) sustentada en esta página web

**Figura 3.** Imagen de la Parálisis del Sueño por la cultura popular



Fuente: <http://www.alminuto.mx/2016/05/se-te-sube-el-muertorelatos-y-leyendas.html>

#### La parálisis del sueño en el mundo

- En Nigeria, la parálisis del sueño es mucho más común entre los africanos nativos que en la población blanca y con frecuencia se hace referencia en las comunidades africanas como el “Diablo en la espalda”.
- La parálisis del sueño en la cultura china se conoce como “fantasma sobre el cuerpo” o “fantasma en la cama”.
- En la cultura coreana, la parálisis del sueño se asocia con fantasmas o espíritus que se colocan en la parte superior o presionando el pecho de la víctima.

- En Camboya, la parálisis del sueño se describe como una persona que está durmiendo y sueña que una o más apariciones fantasmales están cerca. La víctima suele pensar que está despierta, pero incapaz de moverse o emitir sonidos.
- En Islandia, la cultura popular de la parálisis del sueño se cree que un duende o súcubo (normalmente una mujer) causa las pesadillas.
- En México se cree que la parálisis del sueño es causada por el espíritu de una persona muerta. Este fantasma en particular, se acuesta sobre el cuerpo de la víctima para dormir, sin permitir a la víctima moverse.

El famoso cuadro *The Nightmare* ( la pesadilla) del pintor suizo Heinrich Füssli es un claro ejemplo de la representaciones que se hacen respecto de esas circunstancias de tensión semiconscientes. En él vemos a una mujer visiblemente atormentada en lo que sueña, pues su rostro revela que se encuentra en estado de ensoñación. Sobre ella el pintor dibujó lo que parece ser un *Incubo*, entidad demoniaca que engendra su maldad sobre el cuerpo de la mujer. Atrás de ellos y entre cortinas, se vislumbra la presencia de un asno de mirada dislocada que se ríe complacido con lo que ocurre. Este animal no es otra cosa que la representación del Mula o Asmodeo, demonio a quien se le atribuye el pecado capital de la lujuria y que generalmente es representado como un asno o mula.

**Figura 4.** *The Nigthmare* ( la pesadilla) - Heinrich Füssli



Fuente: <http://compartiendolashoraslibres.blogspot.com.co/2014/06/la-pesadilla-de-johann-heinrich-fussli.html>

### 3. REFERENTES PLASTICOS Y TEORICOS

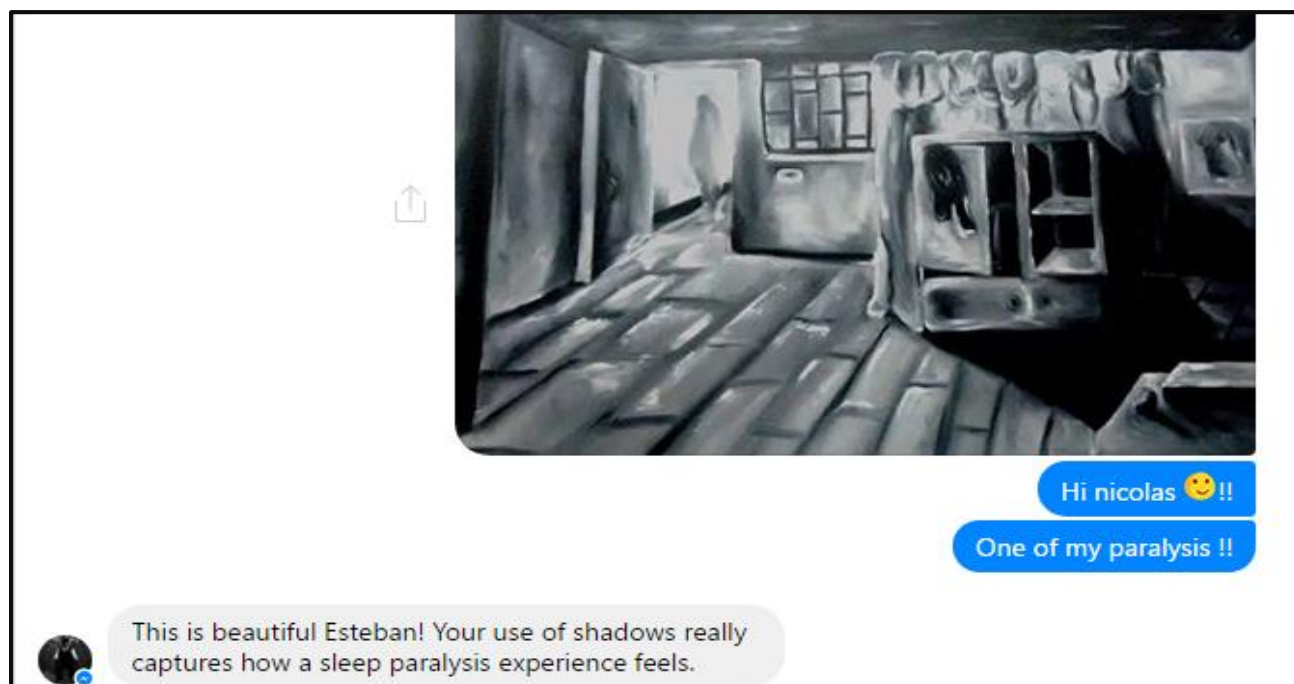
“Nuestros sueños  
Son a menudo  
Una confusión salvaje  
Con imágenes que muchos de nosotros  
No entienden y memorias que parecen desvanecerse  
En el instante en que nuestros ojos están abiertos  
Nicolás Bruno.”

#### 3.1 NICOLAS BRUNO

Debo decir que es mi referente centro a mi trabajo de creación sobre la parálisis de sueño, cuando empecé a investigar me llevo la sorpresa de que es el único artista que trabaja este trastorno por medio de la fotografía performance. Tuve la fortuna de tener contacto y respuesta de Nicolás por medio de la red social Facebook, comentándole que desarrollaba mi trabajo de grado asociado a su mismo tema de producción, se lleva la alegría de ver que había otras personas que desarrollaban trabajos artísticos ligados a este trastorno llevándolo a la experimentación pictórica. Del cómo se observa la parálisis y visualmente cómo se siente en el momento, a continuación, hago unos pantallazos de la conversación con el maestro Nicolás Bruno respondiendo las fotografías de mi producción en mí hacer en la parálisis de sueño:

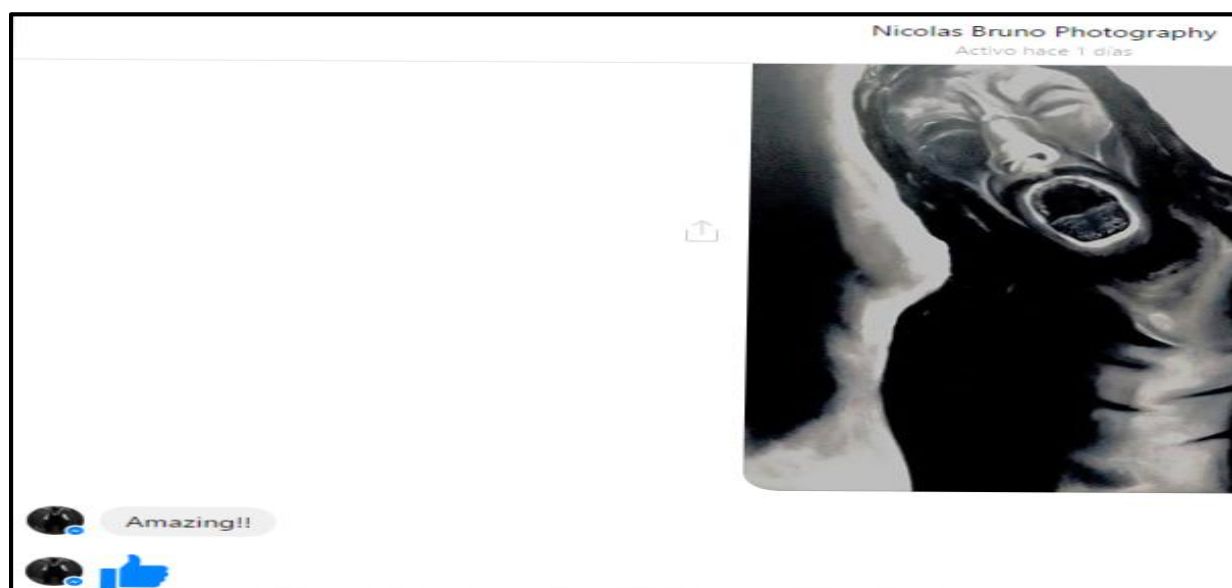
**Figura 5.** Imágenes del chat con Nicolas Bruno a), b), c).

a)



*“¡Este es hermoso Esteban! Su uso de las sombras realmente capta cómo se siente una experiencia de parálisis del sueño”.*

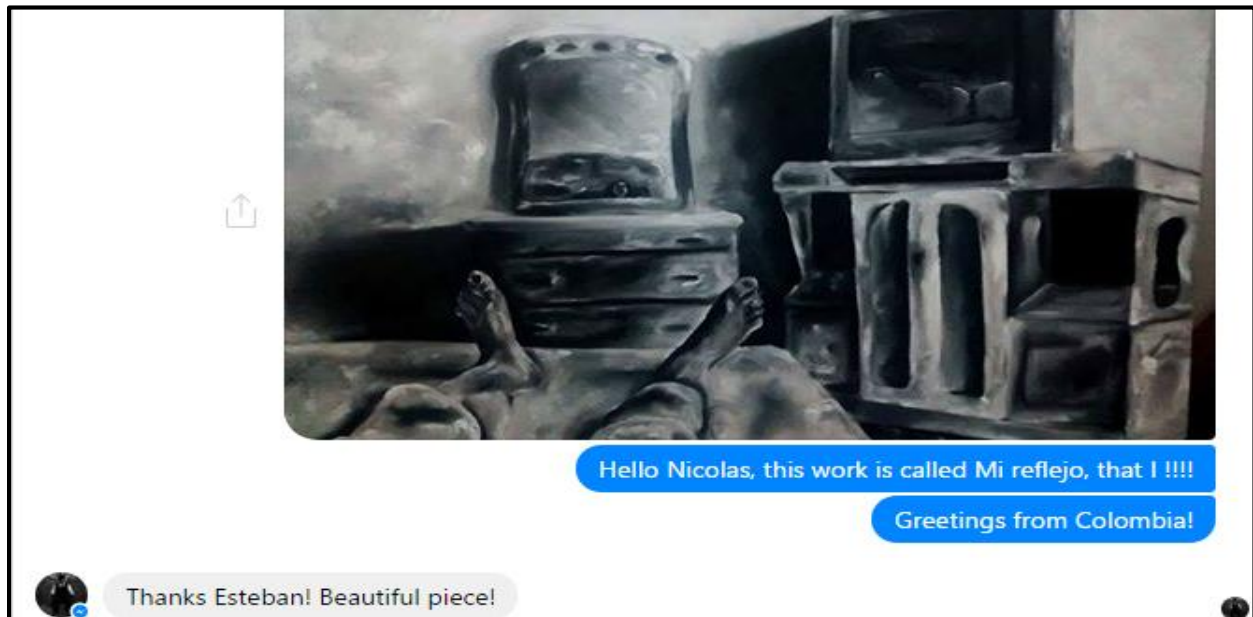
b)



Empieza a ver cierto interés a partir de la creación plástica. De la pintura, de lo figurativo. Y ver como el desespero de la parálisis hace que nos desdobleemos y gitemos para que

la respuesta sea negativa, (nuestro cuerpo no responde, nadie nos escucha, somos fuertes, somos débiles.

c)



Fuente: Red social facebook

Nicolás Bruno es un artista visual nacido el 9 de noviembre de 1993 en la ciudad de nuevo york, Desde los 15 años Nicolás Bruno ha padecido de forma continua parálisis del sueño, trastorno que le provocan ver horribles alucinaciones en un estado transitorio entre la conciencia y el sueño; Para poder enfrentar el sentimiento de miedo e impotencia que se experimenta con este fenómeno, Bruno decidió llevar un diario de vida en donde anotó sus alucinaciones mientras se encontraba entre la conciencia y el sueño. Así narra su suceso el fotógrafo:

“En mi primera experiencia con miedo intenso estaba rodeado de figuras de sombras con sus brazos estirados hacia mi cuello. Para mi sorpresa, en realidad pensé que estaba despierto, y traté de saltar de la cama, pero mi cuerpo estaba inmóvil” **(fotografonofotografo, s.f)**

Hago una recopilación de algunas de sus obras, recuperadas de su página web oficial:



**Figura 6.** Referencia fotográfica Nicolas Bruno a), b), c)

a)



b)





c)



Fuente: Bruno (2016)

### 3.2 THE NAIGHTMARE (DOCUMENTAL)

Es un documental estadounidense del año 2015 dirigido por el director especializado rodney ascher, rodney. Llegó a padecer parálisis del sueño y eso dio para que realizara dicho documental, haciendo una recopilación de personas que han padecido el trastorno y a su vez haciendo un registro audiovisual de los relatos con escenografías cineastas, dichos participantes, fueron buscados vía internet atreves de la página de YouTube. Hago un registro de la portada del rodaje y unas tomas de la película.

Figura 7. Referencia cinematográfica a), b), c)

a)



*“acostarme y tratar de dormir es para mí un proceso completamente desgastador, siento como si me hubiera ahogado, mis ojos se sienten pesados y mi boca entumecida, es como si todo estuviera apagándose excepto mi conciencia” (voz tráiler)”.*

b)



c)



Fuente: Internet y película (2015)

Es considerable resaltar que el trastorno siempre viene acompañado de una energía negativa que hace que nuestro ser entre en un estado de ansiedad y desespero. Sentir presencias de otros espacios, observar siluetas pero no ver sus rostros, entidades de otros lugares que se apoderan del lugar donde descansamos. Sonidos insoportables que a su vez hacen de la situación una impaciencia sin una respuesta de volver a despertar, ese interrogante de sentir que no volveremos a despertar. Sentir que nunca se pasaran esos minutos o segundos en los cuales dura el instante agónico de la parálisis del sueño.

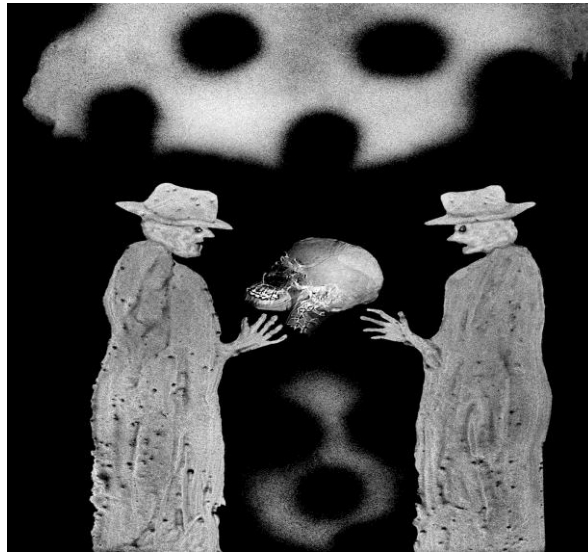
### **3.3 ROGER BALLEEN**

Nacido en Nueva York, Nueva York, Estados Unidos, 1950. Es un fotógrafo estadounidense que vive en Johannesburgo, Sudáfrica, y trabaja en su entorno desde los años setenta. Su obra, desarrollada en un período de cuatro décadas, comenzó en el campo del documental, pero su enfoque se ha ampliado para permitir un diálogo visual ficticio entre los individuos, su espacio arquitectónico, objetos encontrados y animales domesticados. Su enfoque ha sido aclamado como uno de los desarrollos más inusuales y emocionantes de la fotografía contemporánea.

**3.3.1 The Theatre of Apparitions:** La famosa obra fotográfica de Roger Ballen se ha ocupado de la arquitectura interior de las estructuras de pie, jugando en la metáfora de la mente como una casa de secretos y narraciones enterradas. Ha creado una serie de imágenes inspiradas en los dibujos y las marcas que la gente hace en su entorno que vinculan su estética única a la representación teatral.

**Figura 8.** Imágenes referencia a), b), c).

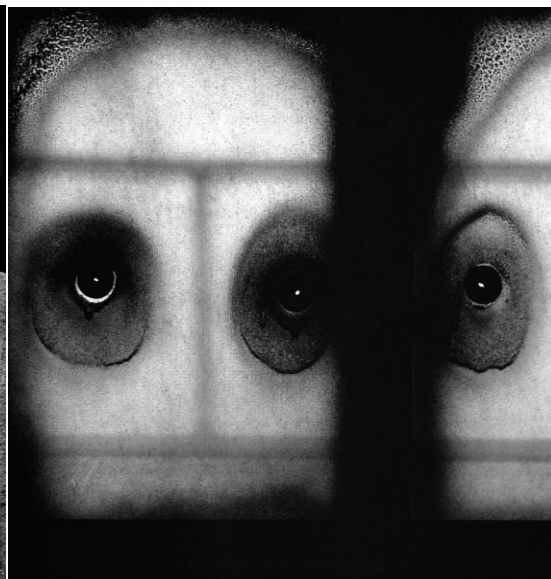
a)



b)



c)



Fuente: Internet

#### 4. MI OBRA, MI CREACION

Mi diario de sueño es la bitácora donde llevo mis instantes de ensoñación a la parálisis del sueño, dibujos rápidos, manchas experimentales y esbozos. Inicié con los recuerdos de mis sueños y creé una concentración de trabajo en la que finalmente pude transformar mi ansiedad en un producto positivo y así manifestar mi visión del trastorno que padezco. La pintura, el dibujo y la escritura ha tomado un papel sumamente importante en mi creación. Por medio de estas materialidades he logrado tener una consolidación entre mi embelesar y mi realidad. Desde entonces guardo mi libreta de bocetos en el borde de mi mesa de noche para poder empezar a relatar en el momento en que despierto de una parálisis de sueño. Hago un boceto de manera rápida de lo que he experimentado y describo a su vez lo que viví y sentí.

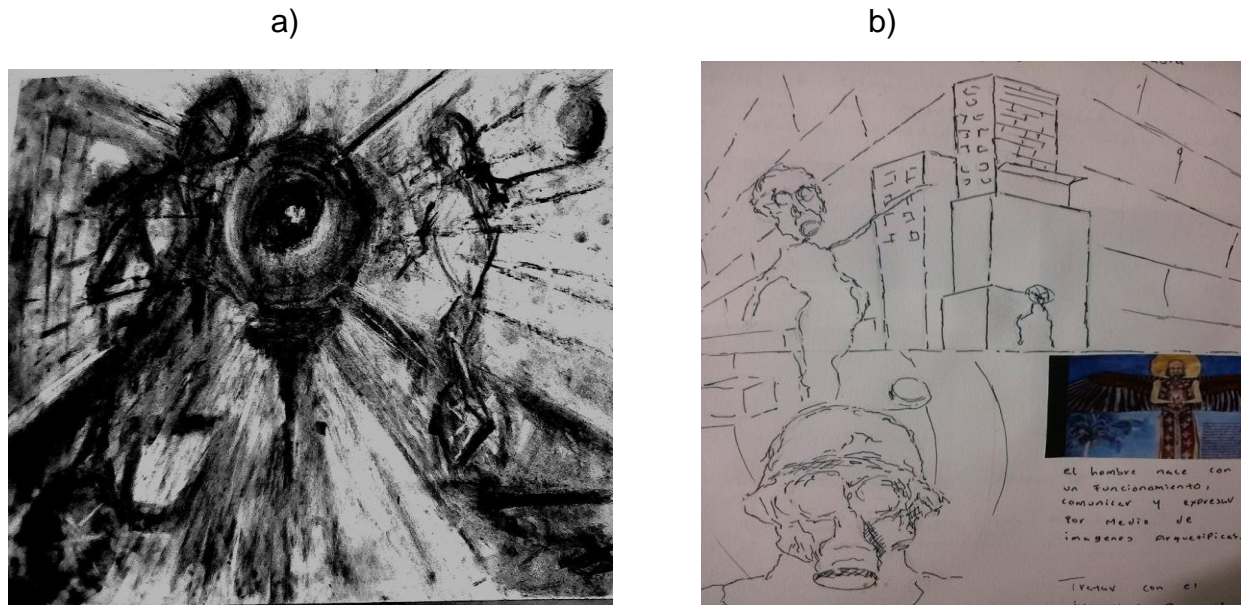
La intención de trazar lo figurativo de mi trastorno a la libreta hace que esto se consolide en el formato para la composición final y así llevarlo a la dimensión grande. Por otro lado, gracias a la vivencia de la plástica, salieron a luz cuestionamientos e indagaciones de lo que pasaba en mi trastorno. A través de la creación me propuse a darle cuerpo y volumen para presentar mi padecimiento por medio de la pintura, escultura, dibujo e instalación. Del mismo modo en este capítulo hago un panorama de mi proyecto a partir de creaciones plásticas que dieron fruto con el paso de cada exploración en el campo. Piezas escultóricas, pinturas, instalaciones, dibujos, grabados, proyecciones, que dan sustento a este proyecto y que a su vez relatan cada experiencia vivida, a esta decisión de dar a conocer uno de los trastornos de sueño que padecemos los seres humanos **“parálisis de sueño”**.

Como desarrollo a mi labor como artista selecciono la pintura que ha sido trabajada desde nuestra prehistoria en las cuevas; con el arte rupestre, historias relatadas, historias vividas. Del mismo modo en la pintura encuentro la manera para contar un instante. Que no termina siendo efímero sino al contrario duradero. Estampar la imagen vivida, experimentada y lograda. En efecto es la pintura la que me habla y con la cual logre total



conexión para relatar todos mis hábitos en este trastorno. A continuación, hago una recopilación de acciones y trabajos que hice a lo largo de mi formación en la carrera Artes plásticas y visuales de la Universidad Del Tolima.

**Figura 9.** Bocetos Parálisis del Sueño, experiencias a), b)



Fuente: El Autor

**Figura 10.** Procesos Instalativos “Sueños Paralizados” a) b) c)



*Sueños paralizados*: este trabajo parte en el momento en que la maestra nos propone un verbo para nuestro desarrollo en el curso, trabajándolo en una instalación, expresión del arte contemporáneo en el que la experiencia es visual y espacial. Seleccioné el verbo

soñar, esto dio para que llevara la parálisis de sueño a un corredor, para que en el momento en que el espectador circulara por dicho corredor sintiese la sensación de estar atrapado, o sujeto a su paso. En la noche me ubiqué en el espacio donde había montado la instalación como alguien desprevenido que estudiaba en una esquina del corredor y me llevé la sorpresa de que muchos sentían esa sensación de ser observados y de miedo entonces buscaban salir rápido del lugar.

b)



c)



Fuente: Suache (2015)



**Figura 11.** Instalaciones verbo “soñar”: Espacialidad, dibujo e intervención, a) b) c)

a)



b)





c)



Fuente: Wilches (2014)

**Figura 12.** Grabado punta seca y Agua fuerte, a) b)

a)



b)



Fuente: El Autor

#### 4.1 TALLER CON DON UMBERTO

Debo dar gracias a mi Universidad por haberme brindado uno de los maestros de más alto nivel en cuanto a grabado, pintura y dibujo de nuestro siglo XXI, el hacer amistad, el tener confianza y esa confianza se convirtiera en una seguridad para trazar y hacer sentir esa rebaba que emanaba ese material que en el momento estábamos trabajando (acrílico). Sentir la enseñanza de uno de los maestros más grandes hizo sentir de mí ser algo gratificante ya que los resultados fueron positivos en el taller. Observar la intensidad de línea de los otros compañeros, la composición y ese nivel que había aun así sabiendo que era nuestra primera vez en el grabado. ¡Pipistrello! Apodado por el maestro y compañeros. La recompensa de todo este taller intensivo que recuerdo, fue en dos semanas, explore otro campo de las artes plásticas, de eso con lo que me case y lo que suscito desde el momento en que ingrese a la universidad.

Las composiciones de mis dos grabados están asociadas a la parálisis del sueño. Con relación a eso que llegue a observar en algunas situaciones de mi trastorno.



**Figura 13.** Metal huecograbado en lámina de zinc / Umberto Giangrandhi



Fuente: Giangradhi (1967)

**Figura 14.** Procesos escultóricos a lo largo de mi carrera / U. Tolima a), b), c), d), e)

a)



En esta etapa de mi creación empecé a explorar la arcilla como materia de ingenio en mi proceso como artista plástico en la universidad del Tolima siendo dirigido por la maestra Pilar Garzón que desde ese entonces ya dictaba la materia configuración de la forma , del mismo modo empecé a encontrar ciertos modos de realizar mi trabajo, pensando llevar eso bidimensional que estaba trabajando a la tridimensionalidad, ligando directamente estos dos planos a la creación de una obra que diera sustento a mi proceso y a mi exploración.

b)



c)



d)



e)



Fuente: El autor



**Figura 15.** Bidimensional & tridimensional a) b)

a)



b)



Fuente: El autor

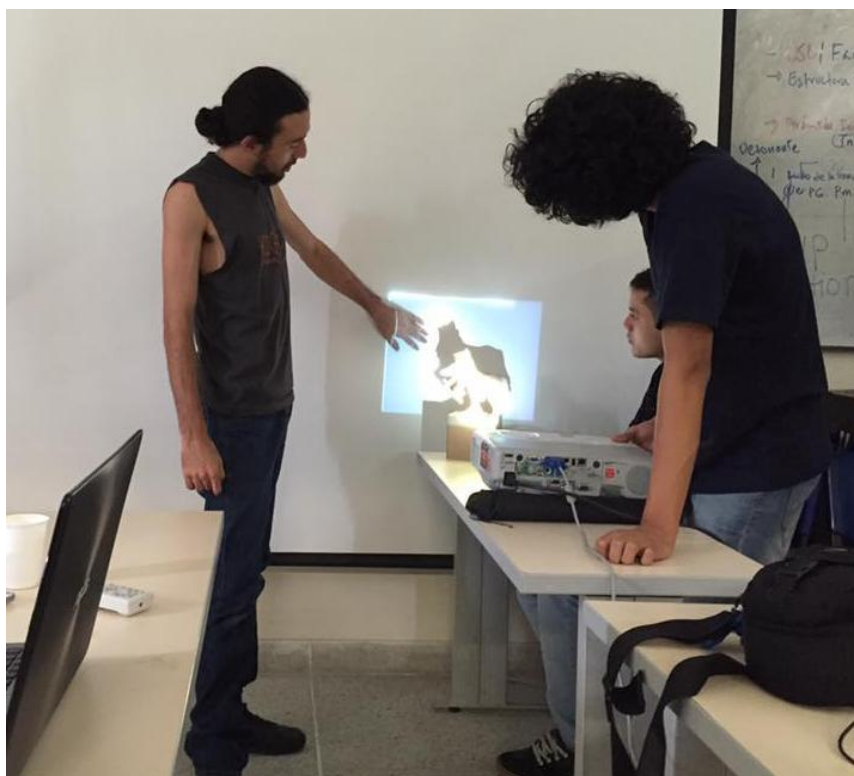
La Abstracta: Esta creación se dio hace alrededor de 5 años, una de las primeras parálisis de sueño que tuve cuando tenía 18 años. Exactamente vivíamos en el nuevo amanecer, de Cantabria, tierra firme hacia arriba, llegando a la montaña. Lo recuerdo como si fuese ayer, el observar ese torso de mujer que se movía y el sonido agudo afectando mis oídos. En el momento de esta vivencia no sabía que era lo que me pasaba, solo que temía acostarme y que mi cuerpo perdiera movilidad, esta experiencia la llevé de la memoria al lienzo y del lienzo al barro, una pieza tridimensional que tuvo como dueño al maestro Gabriel Arturo Castro, enamorado del como una experiencia no tan real estuviese estampada en una pieza escultórica.

**Figura 16.** Experimentación Plástica y Digital / 2016 A. a) b)

a)



b)



Fuente: El autor y Cano (2016)

**Figura 17.** Acción Armero Guayabal / Dinámica de la Plástica. a) b)

a)



b)



Fuente: El autor y Buritica (2015)

#### **4.2 EXPERIMENTACIÓN ARMERO GUAYABAL “LA TRAGEDIA ANUNCIADA” CURSO DINÁMICA DE LA PLÁSTICA II – MAESTRA ANA MARÍA LOZANO HABLAR DE LA TRAGEDIA :**

Un reconocimiento del territorio en el pueblo de armero guayabal con el objetivo de llegar a fondo en cuanto a historia del pueblo, tragedia y acciones, tuvimos la oportunidad de ser algo libres en el pueblo, en colaboraciones con la maestra Ana Lozano, cabecera de la práctica, mis compañeros Andrés Buritica y Hernando Bazurto con los que hice grupo de acción , nos vimos en el interés de explorar más a fondo el territorio, los espacios, el silencio, esa energía que sentíamos al recorrer cada parte de este olvidado pueblo. Se hace una serie de registros sonoros, visuales y plásticos con la intención de hacer un panorama del cómo se observa el territorio y como pasados los años el tiempo hace de lo suyo, como la naturaleza consume lo que años atrás era el vivir de 1960 armeritas, y



como los sueños se ven destruidos por la furia de la naturaleza, la furia del Kumanday, la furia del nevado del Ruiz.

#### **4.3 PINTURA, PERFORMANCE, INSTALACIÓN Y ACCIÓN**

Es importante pensar el cuerpo a la hora de hacer ver esas otras experiencias que experimentamos mientras dormimos. En efecto sentir la parálisis de sueño en una acción performática e instalativa. Este proyecto se materializa de la pintura como desarrollo plástico en relato a las experiencias más relevantes que me han sucedido. Por otro lado, la instalación sonora junto al performance y el cuerpo presente que a su vez quiere salir y despertar del trastorno que me llega a afectar de manera agresiva en una etapa de mi vivencia. El estar atrapado en ese instante de ensoñación, el querer escapar, pero no poder, el querer gritar, gritar; pero no ser escuchado. Ese cuerpo que quiere volver a la realidad. Pero que le es imposible hacerlo por todo lo que se escucha y se observa en el instante. Para resumir en este fragmento hago una búsqueda en generar una espacialidad del desespero e indignación de vivir esta experiencia, recordarla y experimentarla de nuevo y aun así hacer de los que ya han padecido este trastorno un recuerdo y una vivencia efímera de recorrido por el espacio en el cual se encuentra dicho momento. Hago una serie de bocetos en cuanto a montaje a la presentación final.

Junto a mis dos tutores, Claudia Ortiz y Ricardo Pérez pensamos que el proyecto de creación se haga ver de manera sugestiva para el espectador y a su vez dicho espectador haga de su presencia una motivación para seguir experimentando y creando esas otras experiencias que no apreciamos mientras estamos en el momento de lucidez.

**Figura 18.** Bocetos: Espacio Pintura e Instalación. a), b).

a)



b)



Fuente: El autor

## **5. CONCLUSIONES**

Me fue recomendado seguir investigando sobre el proyecto para tener un poco más de claridad sobre los diferentes conceptos que hay de la Parálisis del Sueño, tanto en el ámbito social, científico y/o cultural; para abordar con más solidez y contundencia el tema de mi investigación. Por otro lado el cuidado que se debe tener con la apropiación de imágenes y derechos de autor en un proyecto de grado.

## RECOMENDACIONES

### ACTA DE AVAL PARA SUSTENTACIÓN

#### TALLER DE PROYECTOS III

FECHA

7 de noviembre de 2017

NOMBRE Y APELLIDOS Edward Esteban Pérez Espinosa

TÍTULO DEL PROYECTO “Parálisis del Sueño”

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

#### MONTAJE

El estudiante habla de los diferentes medios en los que puede expresar su interés, esta vez lo hace a través de pinturas, si bien técnicamente se ha explorado lo suficiente, es necesario cuidar el espacio y apropiarse de él para potenciar la experiencia. Es importante la pulcritud en la presentación de las piezas.

#### SOLIDEZ DEL DISCURSO

Este proyecto parte de una condición del estudiante lo que le permite que a partir de la experiencia se expresarse sin límites, en este sentido el proceso de investigación es sólido. Importante es tener una posición frente al proyecto que le permita tomar decisiones adecuadas y pertinentes en esta recta final.

#### COHERENCIA

Si bien el tema es pertinente, el proceso de investigación parte de la experiencia y se desarrolla e el reconocimiento del otro al compartir esta condición, la traducción artística es coherente.

### EVALUACIÓN GENERAL

En términos generales es un proyecto bastante pertinente, los aciertos en esta etapa final dependen de la toma de decisiones, la postura que se tome frente a proyecto, el cuidado en la presentación de cada pieza y la apropiación del espacio.

AVAL PARA	
SI	NO

EVALUADO	
SI	NO
EVALUADO	
SI X	NO

Nomb

Firma

Nomb

Fir

Juliana González Merchán

*Juliana Gonzalez*

**ACTA DE AVAL PARA SUSTENTACIÓN**

**TALLER DE PROYECTOS III**

**FECHA 7 DE NOVIEMBRE**

**NOMBRE Y APELLIDOS EDWARD ESTEBAN PEREZ ESPINOSA**

**TÍTULO DEL PROYECTO “ Parálisis del Sueño”**

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

**MONTAJE**

El trabajo presentado por el estudiante Esteban Espinoza, presenta las siguientes condiciones para sustentación a continuación se exponen las características vistas en el trabajo expuesto y sustentado para Aval.

En general se logra dar cuenta de una reflexión bastante profunda sobre relaciones propias que ha encontrado desde una situación puntual, haciendo que más allá de la ejecución técnica que es importante, se tenga en cuenta el proceso desde donde se llevó a cabo y pueda consolidar una reflexión profunda en un espacio específico. Su proyecto tiene un sustento argumentativo contundente y solido, es muy puntual a nivel plástico, sin embargo se considera relevante hacer visible el proceso y consolidación de su exploración a nivel de montaje y perfilar de manera más

**SOLIDEZ DEL DISCURSO**

El proyecto presentado por el estudiante posee aciertos interesantes a nivel conceptual y plástico, propone una mirada particular dentro del marco mismo de su experiencia de una situación propia, esto hace que su proceso sea muy original y apropiado para ser expuesto de una manera coherente.

Hay que reflexionar más sobre la instalación en el espacio como tal, pues se puede llegar a potenciar mucho más la propuesta.

### COHERENCIA

En general creo que aún le falta apuntalar visualmente (como se presenta) su propuesta para poder ser defendida y que no de pie a ambivalencias que pueden afectar su proceso.

Hay que reflexionar más sobre la instalación en el espacio como tal, pues se puede llegar a potenciar mucho más la propuesta.

### EVALUACIÓN GENERAL

Debo decir finalmente que la propuesta denota una gran investigación desde su propia experiencia y reflexión sincera para la consolidación de la misma, es muy original pero tiene sentido en el orden social y crítico.

Se recomienda depurar el montaje y hacer de este un proceso que de cuenta de la investigación profunda que se hizo con respecto a sus connotaciones intimas en un entorno social específico.

AVAL PARA	
SI	NO

EVALUADO	
SI	NO
EVALUADO	
SI	NO

Nomb LILIANA CAYCEDO H

Firma

Nomb

Fir

ma

## REFERENCIAS

Alminuto.mx. (Sin fecha). *Se te sube el muerto, relatos y leyendas: la parálisis del sueño*. Recuperado de: <http://www.alminuto.mx/2016/05/se-te-sube-el-muertorelatos-y-leyendas.html>

Compartiendo las historias libres. (6 de junio del 2014). *“La pesadilla” de Johann Heinrich Fussli*. [Ilustración]. Recuperado de: <http://compartindolashoraslibres.blogspot.com.co/2014/06/la-pesadilla-de-johann-heinrich-fussli.html>

Dormir. (Sin fecha). *Parálisis del sueño*. Recuperado de: <http://dormir.org.es/paralisis-del-sueno>

Fotografonofotografo. (Sin fecha). *Nicolas Bruno: el fotógrafo que retrata sus pesadillas*. Recuperado de: <https://fotografonofotografo.com/2014/03/21/nicolas-bruno-el-fotografo-que-retrata-sus-pesadillas/>

Nicolasbrunophotography. (Sin fecha). *Portafolio*. Recuperado: <http://www.nicolasbrunophotography.com/>

Rogerballen. (Sin fecha). *The theatre of apparitions*. Recuperado de: <https://www.rogerballen.com/the-theatre-of-apparitions>

Rolloid.net. (Sin fecha). *Parálisis del sueño, terrible trastorno que hace realidad tus peores pesadillas*. [Ilustración]. Recuperado de: <https://rolloid.net/paralisis-del-sueno-terrible-trastorno-que-hace-realidad-tus-peores-pesadillas-2/>



Semana. (Sin fecha). *Las brujas criollas*. Recuperado de:

<http://www.semana.com/nacion/articulo/las-brujas-criollas/12541-3>

Spiritual research foundation. (Sin fecha). *Tipos de parálisis del sueño causados por fantasmas*. [Ilustración]. Recuperado de:


<https://www.spiritualresearchfoundation.org/es/problemas-espirituales/trastornos-del-sueno/paralisis-del-sueno/>

Spiritual research foundation. (Sin fecha). *Observaciones clave sobre la parálisis del sueño*. Recuperado de:

<https://www.spiritualresearchfoundation.org/es/problemas-espirituales/trastornos-del-sueno/paralisis-del-sueno/>

Wikipedia. (Sin fecha). *Roger Ballen*. Recuperado de:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Roger\\_Ballen](https://en.wikipedia.org/wiki/Roger_Ballen)

 <b>Universidad del Tolima</b>	<b>PROCEDIMIENTO DE FORMACIÓN DE USUARIOS</b>  <b>AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	Página 1 de 3
		Código: GB-P04-F03
		Versión: 03
		Fecha Aprobación: 15 de Febrero de 2017

Los suscritos:

EDWARD ESTEBAN PÉREZ ESPINOSA	con C.C N°	1110542214
_____	con C.C N°	_____
_____	con C.C N°	_____
_____	con C.C N°	_____
_____	con C.C N°	_____

Manifiesto (an) la voluntad de:

**Autorizar**

☒

**No Autorizar**

☐

**Motivo:**

\_\_\_\_\_


La consulta en físico y la virtualización de **mi OBRA**, con el fin de incluirlo en el repositorio institucional de la Universidad del Tolima. Esta autorización se hace sin ánimo de lucro, con fines académicos y no implica una cesión de derechos patrimoniales de autor.

Manifestamos que se trata de una OBRA original y como de la autoría de LA OBRA y en relación a la misma, declara que la UNIVERSIDAD DEL TOLIMA, se encuentra, en todo caso, libre de todo tipo de responsabilidad, sea civil, administrativa o penal (incluido el reclamo por plagio).

Por su parte la UNIVERSIDAD DEL TOLIMA se compromete a imponer las medidas necesarias que garanticen la conservación y custodia de la obra tanto en espacios físico como virtual, ajustándose para dicho fin a las normas fijadas en el Reglamento de Propiedad Intelectual de la Universidad, en la Ley 23 de 1982 y demás normas concordantes.

La publicación de:

Trabajo de grado	<input checked="" type="checkbox"/>	Artículo	<input type="checkbox"/>	Proyecto de Investigación	<input type="checkbox"/>
Libro	<input type="checkbox"/>	Parte de libro	<input type="checkbox"/>	Documento de conferencia	<input type="checkbox"/>
Patente	<input type="checkbox"/>	Informe técnico	<input type="checkbox"/>		
Otro: (fotografía, mapa, radiografía, película, video, entre otros)					<input type="checkbox"/>

 <b>Universidad del Tolima</b>	<b>PROCEDIMIENTO DE FORMACIÓN DE USUARIOS</b>  <b>AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	Página 2 de 3
		Código: GB-P04-F03
		Versión: 03
		Fecha Aprobación: 15 de Febrero de 2017

Producto de la actividad académica/científica/cultural en la Universidad del Tolima, para que con fines académicos e investigativos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad del Tolima. Con todo, en mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada con arreglo al artículo 30 de la Ley 23 de 1982. En concordancia suscribo este documento en el momento mismo que hago entrega del trabajo final a la Biblioteca Rafael Parga Cortes de la Universidad del Tolima.

De conformidad con lo establecido en la Ley 23 de 1982 en los artículos 30 “...**Derechos Morales. El autor tendrá sobre su obra un derecho perpetuo, inalienable e irrenunciable**” y 37 “...**Es lícita la reproducción por cualquier medio, de una obra literaria o científica, ordenada u obtenida por el interesado en un solo ejemplar para su uso privado y sin fines de lucro**”. El artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “**los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores**” y en su artículo 61 de la Constitución Política de Colombia.

- Identificación del documento:

Título completo: **PARÁLISIS DEL SUEÑO**

- Trabajo de grado presentado para optar al título de:

**MAESTRO EN ARTES PLASTICAS Y VISUALES**

- Proyecto de Investigación correspondiente al Programa (No diligenciar si es opción de grado “Trabajo de Grado”):

---

- Informe Técnico correspondiente al Programa (No diligenciar si es opción de grado “Trabajo de Grado”):

---

- Artículo publicado en revista:


---

- Capítulo publicado en libro:

---

- Conferencia a la que se presentó:

---

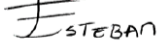
 <b>Universidad del Tolima</b>	<b>PROCEDIMIENTO DE FORMACIÓN DE USUARIOS</b>  <b>AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	Página 3 de 3
		Código: GB-P04-F03
		Versión: 03
		Fecha Aprobación: 15 de Febrero de 2017

Quienes a continuación autentican con su firma la autorización para la digitalización e inclusión en el repositorio digital de la Universidad del Tolima, el:

Día: **15** Mes: **MAYO** Año: **2018**

Autores:

Firma

Nombre:	EDWARD ESTEBAN PEREZ ESPINOSA		C.C.	1110542214
Nombre:	_____	_____	C.C.	_____
Nombre:	_____	_____	C.C.	_____
Nombre:	_____	_____	C.C.	_____

El autor y/o autores certifican que conocen las derivadas jurídicas que se generan en aplicación de los principios del derecho de autor.